

FECHA: lunes 15 febrero 2021

TEMA: Introducción

Fecha: martes 23 febrero 2021

Tema: organización y proyección de la vida
El sentido de la vida

• REFLEXIÓN •

- ¿Cuáles son las experiencias y las personas que le dan sentido a tu vida?
- ¿Crees que los problemas personales son suficientes para quitarte la vida?
- ¿qué consejos darías a los jóvenes que deciden quitarse la vida?

• SOLUCIÓN •

1. Algunas de las experiencias son: levantarme y ver a mi familia completa, cuando vamos a cenar ver que tenemos alimentos, acostarme y ver que tenemos un techo donde vivir, etc. Las personas que le dan sentido a mi vida son: mi mamá, Dios, mi hermana, mis tíos, mis abuelos, mis primos y mis mascotas
2. No, porque para mí la vida es irremplazable ya que es algo maravilloso pero para mí los problemas no son una razón suficiente para quitarnos la vida por algo que de alguna manera se puede solucionar
3. El consejo que yo les daría es que piensen lo que van hacer dos veces porque por un problema que se le puede buscar una solución no es una razón para quitarse la vida y a que un

problema se puede "revertir" o se puede solucionar pero la vida no la puedes recuperar.

FECHA: miércoles 3 marzo

¿QUIEN SOY YO?

1. ¿Que papeles desarrollo en la vida?

- los papeles que desarrollo en la vida son:

- Compañera
- amiga
- hija
- estudiante
- Sobrina
- hermana
- Prima
- Nieta

2. ¿Que valores y normas son los que tengo como persona?

- NORMAS

- Respetar a todos por igual
- No ser egoísta
- Todo lo que haces tiene consecuencia
- Se solidaria con todos
- Ten siempre dignidad

- VALORES

- el respeto
- La honestidad
- la sinceridad
- la responsabilidad
- la equidad

3. ¿Que metas me trasare en la vida?

METAS:

- Mejorar como persona día a día
- Graduarme
- Ser una profesional
- Hacer deportes extremos

4. A que normas y valores me opongo

- no me opongo a ninguno ya que cada norma y valor me ayuda de una manera u otra a ejercer como persona.

5. Como lograre lo que me propongo

- lo lograre esforzandome y proponiendome logros que me ayuden a alcanzar esas metas para crecer cada vez mas y convencerme de que yo puedo y que puedo lograr cosas extraordinarias si me lo propongo.

6. Como me entiendo con los demas

- me puedo entender con los demas al ser una persona abierta hacia cualquier clase de persona; me puedo entender con los demas cuando los escucho acerca de sus problemas y puedo aconsejarlos para que puedan solucionarlos, tambien lo puedo hacer al compartir con los demas e irlos conociendo para crear una relacion estable y que la base sea la confianza

7. Como poder bastarme a mi mismo

- No puedo bastar a mi misma al saber que soy una persona que puede lograr lo que se propone, que tiene sus capacidades y sus debilidades, pero a partir de las debilidades puede mejorar como persona día a día e ir mejorando esas debilidades y convirtiendolas en capacidades